

Kapitel 1	Rollen und Gleiten als Phänomen menschlicher Entwicklung	5
Kapitel 2	Zur Begründung eines sportartübergreifenden Vermittlungsansatzes	9
2.1	Komponenten des Bewegungsumfeldes beim Rollen und Gleiten	14
2.2	Rollen und Gleiten aus der Bewegerperspektive	18
2.2.1	Persönlichkeit und Motivation	19
2.2.2	Sinnperspektiven im Rollen und Gleiten	20
2.2.3	Beziehungen zwischen Sinnperspektive und Persönlichkeit.	22
2.3	Rollen und Gleiten – reine Gefühlssache?	25
2.4	Das Baukastenprinzip	29
2.4.1	Koordinationsbausteine zum Rollen und Gleiten	31
2.4.2	Technikbausteine zum Rollen und Gleiten	33
2.4.2.1	Technikbausteine zur Raumorientierung.	34
2.4.2.2	Technikbausteine zur Kinästhesie.	35
2.4.2.3	Technikbausteine zur Gleichgewichtskontrolle	36
2.4.2.4	Technikbausteine zur Roll- und Gleitkontrolle.	38

Kapitel 3

Die Systematik der Roll- und Gleitschule	41
3.1 Koordinationsbausteine der Roll- und Gleitschule	43
3.1.1 Koordinationsbausteine – Zeitdruck	45
3.1.2 Koordinationsbausteine – Variabilitätsdruck	50
3.1.3 Koordinationsbausteine – Organisationsdruck	53
3.1.4 Koordinationsbausteine – Komplexitätsdruck	56
3.1.5 Koordinationsbausteine – Präzisionsdruck	62
3.2 Technikbausteine der Roll- und Gleitschule	66
3.2.1 Technikbausteine – Gleichgewicht	68
3.2.2 Technikbausteine – Raumorientierung	75
3.2.3 Technikbausteine – Kinästhesie	82
3.2.4 Technikbausteine – Roll- und Gleitkontrolle	92
Literatur	105